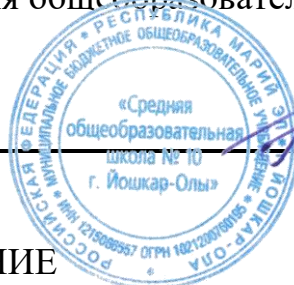


«Утверждаю»

Директор МБОУ «Средняя общеобразовательная школа
№10 г. Йошкар – Олы»

А.В.Никитин



ПОЛОЖЕНИЕ школьного конкурса «Зарядка 100%»

Цели и задачи конкурса:

Целью Конкурса является развитие у детей и подростков интереса к физической культуре и спорту, формирование навыков здорового и образа жизни.

Конкурс направлен на решение следующих задач:

- организация физкультурно-спортивного воспитания;
- пропаганда идей массового спорта и вовлечение в активный образ жизни обучающихся.

Участники конкурса: В конкурсе принимают участие учащиеся 5-6 классов.

Условия конкурса: Конкурс проводится в 1 этап без предварительного отбора **6-7 апреля 2022г.**

Команда класса (3 мальчика, 3 девочки) составляет комплекс физических упражнений для учеников 1-4 классов под музыкальное сопровождение (музыка выбирается самими классами). Затем команда должна провести эту зарядку с одним из классов начальной школы (в спортивном зале или рекреации). Заснять видео. Видео 7-8 апреля направить Сошиной А.В.

К выступлению допускаются участники, не имеющие противопоказаний к занятиям по физической культуре.

Дополнительные требования: Внешний вид участников должен быть опрятным. Участники должны быть одеты в спортивную форму и обувь (на нескользящей и не пачкающей напольное покрытие подошве), не создающую затруднений при выполнении композиции и соответствующую технике безопасности.

На участниках не должно быть украшений, создающих травмоопасность. Длинные волосы должны быть убраны в пучок, хвост или косу.

Запрещается: Использовать акробатические элементы (стойка на лопатках, "Мост", "Колесо" и другие травмоопасные элементы), поддержки и т.д

Критерии оценки выступлений:

Эстетика внешнего вида

Качество исполнения:

- а) правильность выполнения комплекса упражнений (последовательность)
- б) синхронность и качество исполнения
- в) техника выполнения упражнений
- г) активность всей команды
- д) ритмичность движений

По итогам конкурса победители награждаются грамотами и сертификатами.

По вопросам обращаться к Сошиной А.В